

Angebote März 2025 – Mai 2025

Seniorenachmittage Reformierte Kirchgemeinde Bolligen

Mittwoch, 26. März, 14 Uhr, Kirchgemeindehaus

«Mein Letzter»

Diakon Martin Arbenz führt seinen letzten Seniorenachmittag durch. Dieser steht ganz im Zeichen der Rückschau, der Erlebnisse und der Begegnungen mit Ihnen während der letzten 24 Jahre. Anschliessend Zvieri.

Von April bis und mit September ruhen die Seniorenachmittage.

Voraussichtlicher Wiederbeginn im Oktober 2025.

Wiederkehrende Angebote

Wandern und Spazieren

- Senioren-Wanderungen und -Spaziergänge der Kirchgemeinde Bolligen
 - o Informationen: Im «reformiert» auf der Gemeindeseite oder unter www.kirchebolligen.ch
- Senioren Wanderungen 60+ mit Pro Senectute
 - o Kontakt: Pro Senectute, Region Bern, Tel. 031 359 03 03

Turnen

- Pro Senectute Fit Gym (Turnen)
- Wann: Jeden Dienstag, 08.45–09.45 Uhr oder 10.00–11.00 Uhr
- Wo: Kirchgemeindehaus Bolligen
- Anmeldung: Ursula Wenger, Tel. 031 922 40 46

Turnen Frauenriege

- Wann: Jeden Mittwoch, 19.00–20.00 Uhr
- Wo: Obere Turnhalle Schulhaus Lutertal
- Kontakt: Corinne Baumann, Tel. 031 922 10 21

Turnen Männerriege 60+

- Wann: Jeden Freitag, 20.00–21.30 Uhr
- Wo: Obere Turnhalle Schulhaus Lutertal
- Kontakt: Peter Kunz, Tel. 079 607 14 31

Turnen Männerriege 75+

- Wann: Jeden Freitag, 17.00–18.30 Uhr
- Wo: Obere Turnhalle Schulhaus Lutertal
- Kontakt: Walter Hämmerli, Tel. 079 703 42 60

Mittagstisch 60+: Zusammen essen und plaudern

- Mittagstisch 60+ vom Frauenverein Bolligen
 - Wann: Jeden 1. Dienstag im Monat, 11.45 Uhr
 - Wo: Reberhaus Bolligen
 - Anmeldung: Bis Donnerstag vorher bei Ursina Hepp, Tel. 079 270 86 44
-

SCHOCKANRUF! Legen Sie einfach auf!

Wie Sie betrügerische Schockanrufe erkennen und abwehren können

Das Wichtigste in Kürze:

- Schockanrufe sind eine Art von Telefonbetrug, bei dem Betrüger behaupten, ein Familienmitglied sei in Not und benötige sofort Geld – die einfache Formel lautet: Schock + Geld = Betrug.
- Legen Sie sofort auf, wenn Sie einen solchen Anruf erhalten, und versuchen Sie, das angeblich betroffene Familienmitglied direkt zu kontaktieren.
- Betrüger geben sich als Autoritätspersonen aus (Ärzte, Anwälte, Polizisten) oder imitieren täuschend echt die Stimmen von Verwandten.
- Übergeben Sie niemals Geld oder Wertgegenstände an unbekannte Personen, auch wenn sie in Uniform erscheinen.
- Bei Verdacht sofort die Polizei unter 117 anrufen – die echte Polizei ruft nie selbst von dieser Nummer an.

Was ist ein Schockanruf?

Ein Schockanruf ist eine besonders aggressive Form des Telefonbetrugs, die sich immer mehr ausbreitet. Bei einem Schockanruf werden Sie angerufen und mit einer erfundenen, aber glaubwürdig klingenden Nachricht konfrontiert, die Sie in Schock versetzen soll: Zumeist wird behauptet, ein Mitglied Ihrer Familie sei in einer schweren Notlage oder in grosser Gefahr. Zugleich wird behauptet, Sie könnten diese Notlage lindern bzw. die Gefahr abwenden, indem Sie – so schnell wie möglich! – Geld und Wertsachen an einen Boten oder eine Botin übergeben. Da Sie durch den Schock nicht rational denken können, aber natürlich Ihrem Familienmitglied helfen wollen und ausserdem unter Druck gesetzt werden, ist es sehr wahrscheinlich, dass Sie den Forderungen nachkommen und erst später realisieren, dass Sie betrogen wurden.

Wer ruft an?

Die Rollen, welche die Betrüger spielen, sind sehr verschieden: Mal meldet sich ein «Chefarzt», mal ist es der «Anwalt», manchmal sind es sogar «Polizisten». In allen diesen Fällen nutzen die Betrüger die «Autorität», die den genannten Berufsgruppen zugeschrieben wird, zur Einschüchterung ihrer Opfer. In anderen Fällen geben sich die Betrüger auch direkt als die betroffenen Familienmitglieder aus, also etwa als Enkel, Söhne oder Töchter.

Wie erkenne ich, ob ein Anruf echt ist oder ein betrügerischer Schockanruf?

Eben nicht an der Stimme des Anrufenden! Auch nicht an persönlichen Informationen, über die er oder sie verfügt. Informationen sind in unserer «Social-Media»-Welt für Aussenstehende leicht zu beschaffen. Inzwischen wird das Problem des Telefonbetrugs noch zusätzlich verschärft durch die sogenannte «Künstliche Intelligenz (KI)», die es ermöglicht, bekannte Stimmen täuschend echt nachzuahmen. Der kleinste gemeinsame Nenner, an dem Sie einen Schockanruf erkennen, ist also die schockierende Nachricht selbst, und dass sie immer mit einer Geldforderung verbunden ist: Schock + Geld = Betrug. Der Druck, der dabei aufgebaut wird, ist ein weiteres Indiz.

Tun Sie auf keinen Fall, was von Ihnen gefordert wird! Brechen Sie das Gespräch sofort ab und legen Sie einfach auf. Versuchen Sie, das angeblich betroffene Familienmitglied zu erreichen oder eine andere Person Ihres Vertrauens. Rufen Sie auch sofort die Polizei (117) an.

Was sollte ich sonst noch bedenken?

Die Polizei ruft niemals von der Notruf-Telefonnummer 117 aus an. Geben Sie niemals Auskunft über Bankverbindungen, finanzielle oder persönliche Verhältnisse. Lassen Sie keine Fremden in die Wohnung. Übergeben Sie niemals Geld und Wertgegenstände an unbekannte Personen, auch wenn sie echt aussehende Uniformen tragen.

Informieren Sie sich regelmässig auf www.telefonbetrug.ch oder www.skppsc.ch über die neuesten Entwicklungen. Quelle: www.schockanrufe.ch.

Kontakt: Einwohnergemeinde Bolligen, Informationsstelle für Altersfragen, Martin Schmid, Flugbrunnenstrasse 16, 3065 Bolligen, 031 924 70 61, sozialdienste@bolligen.ch

Einwohnergemeinde Bolligen

Informationsstelle für Altersfragen

<http://www.bolligen.ch/de/news/meldungen/250304-Senioreninfo.php>